STRUKTURNI I INVESTICIJSKI FONDOVI

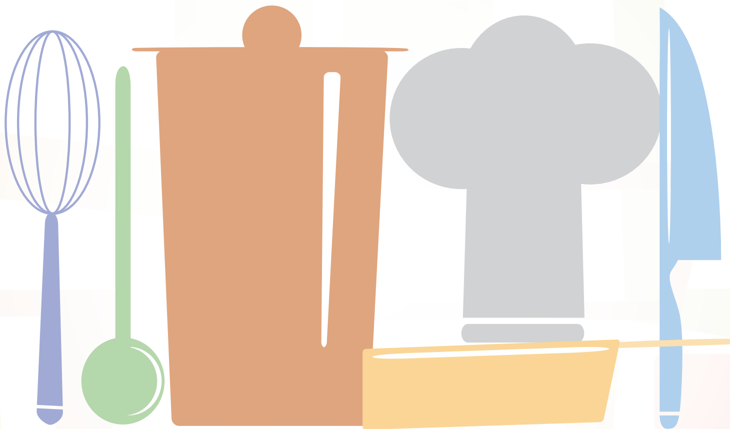
ESF RAZVOJ LJUDSKIH POTENCIJALA

"Ulaganje u budućnost"
"Europska unija"

PROJEKT JE SUFINANCIRALA EUROPSKA UNIJA IZ EUROPSKOG SOCIJALNOG FONDA

PRIRUČNIK ZA OSPOSOBLJAVANJE

ZA ZANIMANJE POMOĆNI KUHAR I POMOĆNI SLASTIČAR



70 godina URIHO

Nositelj projekta

URIHO
USTANOVA ZA PROFESIONALNU REHABILITACIJU I ZAPOŠLJAVANJE OSOBA S INVALIDITETOM
Avenija Marina Držića 1, 10 000 Zagreb

Partner u projektu

PUČKO OTVORENO UČILIŠTE ZAGREB

Suradnici

ZAVOD ZA VJEŠTAČENJE, PROFESIONALNU REHABILITACIJU I ZAPOŠLJAVANJE OSOBA S INVALIDITETOM

HRVATSKI ZAVOD ZA ZAPOŠLJAVANJE

EASPD
IMPROVING SERVICES IMPROVING LIVES

Autori:
Mladen - Grgo Palinić
Radojka Vuković
Bojana Dražić
Ivan Oreč
Vesna Zećirević

Grafičko oblikovanje:
Damir Copić

PRIRUČNIK ZA OSPOSOBLJAVANJE ZA ZANIMANJE POMOĆNI KUHAR I POMOĆNI SLASTIČAR

URIHO
Ustanova za profesionalnu rehabilitaciju i
zapošljavanje osoba s invaliditetom
Služba za rehabilitaciju

Zagreb, 2015.

SADRŽAJ

SVRHA PRIRUČNIKA

Ovaj priručnik napisan je u svrhu obnavljanja znanja i vještina stečenih u srednjoj školi i tijekom osposobljavanja na radnom mjestu pomoćnog kuhara i slastičara. Također može biti od pomoći tijekom samostalnog rada u ovom zanimanju.

I OPĆENITO O UGOSTITELJSKOM KUHARSTVU (ILI KULINARSTVU)

1. Ugostiteljsko kuharstvo (kulinarstvo)

Ugostiteljsko kuharstvo (kulinarstvo) jest aktivnost pomoću koje se određenim tehnološkim i termičkim procesima pripremaju razne vrste namirnica (tj. hrane) za jelo.

Kuhari i pomoćni kuhari moraju poznavati pravila pravilne prehrane i pravila dobroga gospodarenja.

Kuhinja bogata kvalitetnim namirnicama (npr. mediteranska kuhinja) je važna za dobru promidžbu (reklamu) jednog restorana, hotela pa čak i čitave zemlje.
Dakle, ako jedna zemlja želi razviti dobar turizam, njezini stanovnici trebaju dobro reklamirati ono što nude gostima (turistima). Na primjer trebaju dobro reklamirati hranu, hotele, itd. Tako će imati stalne goste koji će nastaviti dolaziti.

2. Ugostiteljski objekt

Ugostiteljski objekt je mjesto koje može pružiti uslugu smještaja (HOTEL) ili uslugu hrane i pića (RESTORAN).



Ugostiteljski objekt

3. Zadatak ugostiteljskog kuharstva

Ugostiteljsko kuharstvo treba pružiti gostima kvalitetnu i zdravu hranu.
Ugostiteljsko kuharstvo treba privući goste odličnom turističkom ponudom (izleti, radionice) te gastronomskom (kulinarskom) ponudom.
Ugostiteljsko kuharstvo treba osigurati čak i svojim radnicima (u restoranu ili hotelu) pravilnu i zdravu prehranu, jer će tako povećati njihovu fizičku snagu i volju za radom.

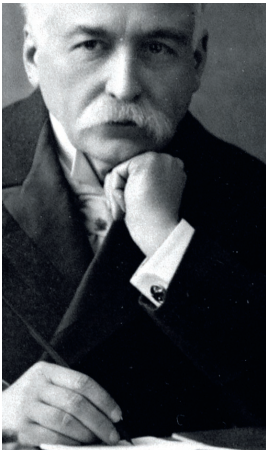
Ako su radnici restorana ili hotela zdravi i zadovoljni, bolje će raditi i tako će restoran ili hotel biti uspješniji.

4. Povijest ugostiteljskog kuharstva

U pradavna vremena glavna djelatnost čovjeka bila je TRAŽENJE HRANE.
Ljudi su živjeli od lova. Hranili su se sirovim mesom životinja, korijenima biljaka i korom od drveća.
Pretpostavlja se da je čovjek već odavno znao kako sačuvati (konzervirati) namirnice, poput ribe, na hladnome zraku i vjetru.
Naglašavamo da se neke od tih metoda upotrebljavaju i danas – na primjer sušenje bakalara, lososa, šunke, pršuta ili kulena.
Ovisno o klimi, u davnim vremenima dugo je prevladavala biljna hrana.
Kada su otkrili vatru, ljudi su počeli proizvoditi posuđe od gline i kovati oružja za lov životinja. Tako su u prehranu postepeno počeli ubacivati meso.
Zatim se kuharstvo počelo mijenjati, a na njegov razvoj utjecale su različite stare kulture i narodi – Perzijanci, Stari Grci, Stari Rimljani te njihovi vladari. Na promjene koje su se događale u razvoju kulinarstva, također su utjecali i mnogobrojni ratovi između pojedinih naroda.

Kuharstvo najsličnije današnjem javlja se tek u 14. stoljeću u Francuskoj te razvija u sljedećih 300 godina.

Francuski kuhari su vodili kuhinje na dvorovima vladara i dvorovima plemića.
Radili su u kuhinjama najboljih hotela po cijeloj Europi.
Francuska kuhinja danas se smatra najmodernijom, najrazvijenijom i najboljom kuhinjom na svijetu. Francuski kuhari su jako cijenjeni. Jedan od njih je Auguste Escoffier kojega zovu ocem kuharstva. Napisao je mnoge knjige i doveo francusku kuhinju na svjetski glas.Prvi restoran u Parizu je otvorio 1765. godine A. Boulanger.



Auguste Escoffier kojega zovu ocem kuharstva

II PROSTORIJA ZA PRIMANJE, SKLADIŠTENJE I ČUVANJE NAMIRNICA

1. Prostorija za primanje namirnica

Prostorija za primanje namirnica nalazi se uvijek uz samo dvorište, odnosno ulaz, zato da se olakša pristup vozilima koji donose namirnice ili materijal.
U toj prostoriji se trebaju nalaziti predmeti kao što su: vage, stolovi, police, itd.

2. Prostorije za skladištenje namirnica

Dijelimo ih na:

A - prostorije za suhe namirnice
B - prostorije za lako pokvarljive namirnice

Različite vrste namirnica skladište se na različite načine. Važno je da se u prostorijama u kojima se čuvaju namirnice osigura pravilna temperatura, vlažnost i zrak.
Zbog toga se namirnice skladište prema grupama. Na primjer, meso se skladišti samo s mesom. Suhomesnati proizvodi skladište se samo sa suhomesnatim proizvodima. Voće se skladišti samo s voćem, povrće samo s povrćem, itd.

A - Prostorije za suhe namirnice (suha skladišta)

Te prostorije moraju biti suhe, tamne i hladne.
U njima čuvamo razne staklenke, limenke, tvorničke tjestenine, žitarice, ulje, šećer, sol.
Možemo čuvati i suhomesnate trajne proizvode poput kulena ili pršuta.
Bitno je razdvojiti namirnice različitog podrijetla i mirisa.

Na primjer, namirnice poput bakalara ili suhe vratine trebamo odvojiti od namirnica koje će vrlo lako poprimiti te mirise, kao što su brašno, šećer, tijesto, kava ili kakao.

B - Prostorije za lako pokvarljive namirnice

Lako pokvarljive namirnice čuvamo u velikim hladnjacima ili komorama za smrzavanje.
Hladnjaci i komore za smrzavanje su zapravo frižideri.
Tamo se čuvaju smrznute namirnice poput mesa, ribe, povrća.
Postoje još i razne pričuvne prostorije, poput prostorije za čuvanje potrošnog materijala.

III RASHLADNI UREĐAJI I RASHLADNE KOMORE

Svaka kuhinja mora imati uređaje za kraće i duže čuvanje namirnica poput rashladnih uređaja ili rashladnih komora.

Rashladni uređaji su:

- frižideri
- rashladne komore - za čuvanje voća i povrća, svježega mesa, svježe ribe, mliječnih

proizvoda, suhomesnatih proizvoda, proizvoda za duboko smrzavanje, za slastičarske proizvode, za pekarske proizvode.
- dnevne komore - nalaze se unutar tople ili hladne kuhinje. One nemaju police kako bi u njih mogla ući kolica.

Komore i frižideri koriste se prema uputama proizvođača i vrlo je važna njihova čistoća. Održavaju se redovitim pranjem.

Važno je dobro oprati i kvaku na komori i frižideru jer se pokazala glavnim prijenosnikom bakterija.

IV PROSTORIJE ZA PRIPREMANJE NAMIRNICA

Pripremanje namirnica sastoji se od pranja, guljenja, skidanja nejestivih dijelova, odnosno kože ili kostiju, sječenja na komade, itd.

Svaka kuhinja bi trebala imati posebno izdvojene prostorije za pripremanje:
1. mesa
2. ribe i morskih plodova
3. voća i povrća

1.Mesnica

Svaka kuhinja mora imati mesnicu.
Mesnica mora biti strogo odvojena od prostorije u kojoj se čisti i priprema riba.

U mesnici su potrebni ovi strojevi i alati: noževi za rezanje, rasijecanje, piljenje i odvajanje od kostiju, stroj za rezanje salama (mesoreznica), stroj za omekšavanje mesa odnosno odrezaka, stroj za stanjivanje već narezanog mesa, razni strojevi za mljevenje mesa, strojevi za kosanje mesa, oblikovanje i miješanje mesa, uređaji za kraće čuvanje mesa, odnosno frižider ili hladna komora. U mesnici je također potrebna i voda.

2. Ribarnica

Ribarnica je uvijek posebna prostorija. Zbog mirisa ribe odvojena je od drugih prostorija.
Tu se čiste ribe, rakovi, školjke, itd.
Ribarnica, baš kao i mesnica svakako mora imati frižider i vodu.

3. Prostorija za pripremanje povrća

To je veća izdvojena prostorija u kojoj se povrće priprema za kuhanje.
Treba imati više radnih stolova, više sudopera za pranje povrća i stroj sa guljenje krumpira.
Može također imati i frižidere.

V PROSTORIJE ZA PRIGOTOVLJAVANJE HRANE

Prigotovljavanje hrane uključuje poslove pripreme hrane i prigotovljavanja hrane. U prethodnom dijelu priručnika bila je riječ o pripremi, a u ovom poglavlju pozabavit ćemo se samim prigotovljavanjem hrane.

Mjesto prigotovljavanja hrane sastoji se od kuhinjskih prostorija. To su:

1. topla kuhinja
2. hladna kuhinja
3. slastičarnica
4. kuhinja za pripremanje zajutraka

1. Topla kuhinja

U toploj kuhinji se kuha veliki broj toplih jela, priloga i umaka.
Topla kuhinja mora imati suvremene uređaje za kuhanje, kao što su:
štednjaci na plin, štednjaci na struju, parne pećnice, kuhinjske pećnice, roštilji, parni kotlovi za kuhanje pod tlakom, kiperi, pržnice (friteze), mikrovalne pećnice, tople kupke (banja marija) te uređaji za naglo hlađenje namirnice (šok komore).

2. Hladna kuhinja

Hladna kuhinja mora biti odvojena od tople kuhinje.
U hladnoj kuhinji se pripremaju sva hladna jela, salate, umaci, sendviči, predjela i paštete.
Ova prostorija mora biti dobro osvijetljena, jer se u njoj namirnice često ukrašavaju (dekoriraju).
U hladnoj kuhinji trebaju se svakako nalaziti sljedeći aparati:
frižider, dovoljno radne površine, mesoreznica, plitice, posude za salate, itd.

3. Slastičarnica

Slastičarnica mora biti potpuno odvojena od ostalih prostorija.
U njoj se pripremaju tijesta, biskviti, kreme, deserti, kompoti, voćne salate, ukrasi od marcipana i šećera.
U slastičarnici se nalaze sljedeći strojevi i alati:
pećnica, štednjaci, univerzalna miješalica sa različitim nastavcima, manji ručni mikser, stroj za sladoled, stroj za cijeđenje soka, stroj za izradu šlaga, stroj za mljevenje orašastog voća, frižideri, kalupi za izradu kolača itd.

4. Kuhinja za pripremanje doručka ili zajutraka

U njoj se pripremaju topli i hladni napitci i jela za doručak. Na primjer, tamo se priprema kajgana, omlet, kuhana jaja, kobasice, hladni naresci i sirevi, džemovi, marmelade, maslaci, paštete, jogurti, itd. U ovoj kuhinji nalaze se plinski ili električni štednjaci, manje pećnice, manji frižideri, uređaji za kuhanje kave, čaja, mlijeka, itd.

VI PROSTORIJE ZA ADMINISTRACIJU I OSOBLJE

1. prostorija voditelja kuhinje
2. blagovaonica za osoblje
3. higijensko sanitarne prostorije
4. ostale razne pomoćne kuhinjske prostorije

1.Prostorija ili ured voditelja kuhinje

Prostorija ili ured voditelja kuhinje nalazi se u glavnom dijelu kuhinje tako da voditelj kuhinje može nadzirati cjelokupni rad.
Voditelj kuhinje vodi sve kuhinjske administrativne poslove – sastavlja jelovnik, piše narudžbe za nove materijale, određuje raspored rada kuhara u smjenama.

2.Blagovaonica za osoblje

Blagovaonicu za osoblje koriste svi kuhari za vrijeme radne stanke (pauze). Ta prostorija treba biti prozračna i lijepo uređena. Treba imati stol i stolice kako bi zaposlenici mogli pojesti obrok i odmoriti se.

3.Higijensko sanitarne prostorije

Svaki ugostiteljski objekt mora imati toalet, tuševe i garderobu.
Te prostorije moraju biti odvojene za muške i ženske zaposlenike.

4.Ostale kuhinjske prostorije

Ovdje treba navesti prostoriju za čuvanje potrošnoga materijala, koja se koristi kao kuhinjsko odlagalište.U njoj se privremeno mogu odložiti slomljene tave, lonci, slomljene čaše, slomljeni tanjuri, itd.

VIII ZAŠTITA NA RADU

Prema zakonima Republike Hrvatske svaki radnik mora imati završenu edukaciju provođenja zaštite na radu - mora znati sigurno rukovati strojevima i brinuti o vlastitoj sigurnosti i sigurnosti svojih kolega.
Svaki radnik mora znati osnove pružanja prve pomoći, jer su mnogi životi bili spašeni zato što je prva pomoć bila pružena na vrijeme i na ispravan način.
Zaštita na radu u ugostiteljskim objektima je jako važna jer postoje rizici od opasnosti.
Zaposlenici su dužni osposobiti se za siguran rad na siguran način kroz Tečaj zaštitne na radu.
Tečaj zaštitne na radu provode stručnjaci za zaštitu na radu. Zaposlenici koji završe tečaj zaštite na radu su spremni rad u ugostiteljskom objektu.To je važno radi sigurnog rada u kuhinji.

1. Kretanje na radu

Tijekom rada u kuhinji postoji opasnost od pada zbog kojeg zaposlenik može zadobiti teške ozljede. Najčešći uzroci padova su oštećeni, klizavi podovi i tepisi, nezaštićeni otvori u podu, rad s neispravnim ljestvama i slično.

Ako se po podu prolije neka tekućina ili padnu predmeti, odmah se trebaju ukloniti ili pozvati spremačicu da to učini.

Otvori u podu kojima se silazi u podrume i skladište, moraju biti zatvoreni poklopcem ili ograđeni zaštitnom ogradom kako bi se spriječio mogući pad.

Ako su na stube postavljeni sagovi (tepisi), oni trebaju biti dobro učvršćeni i zategnuti šipkama i to posebno na svakoj stubi.

Poslovi koji se obavljaju na povišenim mjestima, na primjer pranje prozora, vješanje zavjesa, dohvaćanje namirnica i slično, mogu biti opasni jer postoji rizik od pada. Zaposlenik može pasti i ako se penje ljestvama koje su loše kvalitete, ako se slomi prečka na ljestvi, ako se razmaknu dvostrane ljestve ili ako se ljestve okliznu na skliskom podu ili parketu.



Ljestve

Ljestve su obično napravljene kao jednostrane ili dvostrane.

Da biste dohvatili predmete koji se nalaze iznad visine glave, koristite kratke dvostrane ljestve. Ne obavljajte rad na jednostranim ljestvama ako nisu osigurane od klizanja ili prevrtanja. Za sigurno kretanje bez zapreka važna su i vrata. Najsigurnija su tzv. njihajuća vrata koja se automatski zatvaraju te osim što štede na vremenu prolaza, smanjuju opasnost od sudara i padova.

Staklena vrata i staklene stijene moraju u visini očiju biti označene uočljivim znakom.

2.Podizanje i prijenos tereta

U ugostiteljstvu često treba podizati, prenositi ili odlagati različite teške predmete. Zbog toga postoji mogućnost *rizik za ozljeđivanja kičme, zglobova ili mišića.

Zato je potrebno je držati se sljedećih uputa:

- Stanite u siguran položaj radi ravnoteže tijela. To znači da noge treba staviti u raskorak i razmaknuti stopala 20 do 30 cm.
- Postavite stopala odmah uz dno predmeta. Time štitite leđne mišiće od preopterećenja.
- Savijte koljena i čučnite. Ne saginjite se, već držite kičmu ravno i što je moguće

više uspravno. Ako je potrebno, koljena raširite ili samo jedno koljeno više približite predmetu.

• Uspravite se i podignite predmet na visinu prikladnu za nošenje predmeta. Ako mijenjate smjer kretanja budite pažljivi i ne okrećite gornji dio tijela. Smjer kretanja mijenjajte isključivo tako da promijenite položaj nogu.

• Zahvatite rukama predmet i počnite ga podizati oslanjajući se čvrsto na noge. Predmet držite cijelo vrijeme potpuno uz tijelo.

• Kod odlaganja predmeta najprije stavite na stol samo dio predmeta, a onda ga do kraja gurnite rukama ili, ako je potrebno, tijelom

Ako predmet kojega ste nosili u visini pojasa želite spustiti na pod, postupite slično kao i kod podizanja. Uz što je moguće više uspravnu kičmu i s predmetom uz tijelo savijte koljena i spuštajte predmet mišićima ruku i nogu.



Podizanje i prijenos tereta

Za prijenos težih sanduka, vreća ili bačava primjenjujte ručna kolica ili rudle. Upotrijebite uvijek onu vrstu kolica koja su namijenjena teretu što ga upravo prenosite.

3. Opasnosti od električne struje

Najčešće nezgode mogu nastati ako dodirnete električni uređaj sa oštećenom izolacijom na dovodnom kabelu, sklopki ili kućištu. Također može nastati nezgoda ako uređaj ima oštećen utikač i priključnice. U kuhinji, na električnom štednjaku i raznim strojevima za pripremu hrane postoji opasnost od udara struje zbog povećane vlage i vode.

Ako primijetite da su prekidači, priključnice ili utikač oštećeni, napuknuti ili ih uopće nema, odmah na tu opasnost upozorite rukovoditelja ili osobe zadužene za održavanje. Osigurače smiju mijenjati samo ovlaštene osobe. Ako primijetite da se neki priključni kabel oštetio, zahtijevajte da ga se izmijeni.



Utikač izvlačite uvijek tako da ga povučete za tijelo utikača (vidi sliku).

Može se dogoditi opasnost od tzv. indirektnog dodira. Na primjer, ako dodirnete vanjski metalni dio električnog stroja koji se tijekom rada normalno dodiruje rukom. Ta pojava može biti veoma opasna, jer se javlja iznenada.
Zbog toga se električne instalacije i strojevi moraju redovito ispitivati i održavati.

4. Osobna zaštitna sredstva

U ugostiteljstvu se koriste i osobna zaštitna sredstva.
Postoji i tradicija da se kod nekih vrsta poslova koristi posebna odjeća i obuća, najčešće iz sanitarnih (higijenskih) razloga. Tako se kod kuhanja hrane nosi odjeća od bijelog platna, Muškarci koriste bluzu, hlače, pregaču i kapu. Žene koriste kutu, pregaču i povezaču. Također se koriste i papuče ili specijalne cipele od kože.

Prilikom pranja posuđa nosi se kuta, kapa ili povezača od bijelog platna, pregača od gume ili plastike te nepropusne cipele ili čizme ako se po podu razlijeva veća količina vode.Za zaštitu ruku od vlage koriste se nepropusne rukavice od gume ili plastike.

Kod poslova s noževima postoji opasnost od ozljeda ruku. Zbog toga se na takvim radnim mjestima upotrebljavaju posebne rukavice i pregače od čelične mreže za zaštitu od porezotina. Pri radu upotrebljavajte uvijek odgovarajuća osobna zaštitna sredstva.

5. Zaštita od požara

Pri rukovanju plinskim uređajima postoji opasnost od požara i eksplozije - na primjer ako je plinska instalacija ili uređaj pokvaren. Do toga može doći ako plin curi iz uređaja ili instalacija u prostorije koje se nedovoljno provjetravaju. Zbog toga uređaji moraju biti potpuno ispravni, a instalacija izvedena prema propisima.

Kada želite upaliti plamenik, najprije upalite šibicu, odnosno upaljač, pa tek nakon toga otvorite plin.

Opasnost požara također postoji i zbog neispravne plinske boce. U slučaju požara, koji obično nastaje na ventilu plinske boce, ventil odmah zatvorite, a bocu hladite vodom.

Ako se plamen ne ugasi, pokušajte ga ugasiti prekrivanjem (dekom) te aparatima za početno gašenje požara i to aparatom s ugljičnim dioksidom ili s prahom. U slučaju požara, treba brzo reagirati. Zbog toga se u radnim prostorijama moraju nalaziti aparati za početno gašenje požara, a zaposlenici moraju znati njima rukovati. Pristup aparatima za gašenje požara mora biti uvijek slobodan.

Ručni vatrogasni aparati se lako prenose i koriste se za gašenje početnih požara. Mogu biti teški od 1 do 12 kg. Aparat za gašenje prahom ("S") koristi se za gašenje početnih požara svih vrsta.

Aparat za gašenje prahom aktivira se tako da se

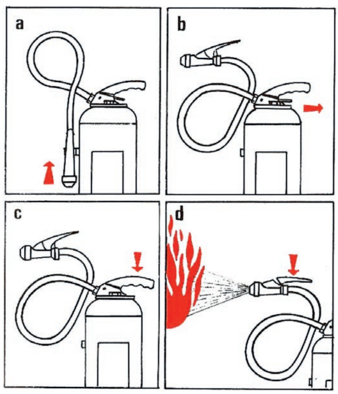
a) prvo oslobodi mlaznica,

b) oslobodi osigurač izvlačenjem,

c) pritiskom na ručicu aparata prema dolje,

d) upravljanjem mlaznice u smjeru vatre i pritiskom na ručicu mlaznice.

Domet mlaza praha je 3 do 4 metra.



6. Strojevi i uređaji

Osim opasnosti od struje i požara, u ugostiteljstvu također prijeti opasnost pri radu na strojevima. Na primjer, može se dogoditi da dio tijela zahvati neki dio stroja koji se zaokreće (rotirajući dijelovi). To mogu biti različiti remeni, remenice, zupčanici, osovine itd. Također može doći do ozljeda noževima, rezalicama ili zbog rasprsnuća posuda koje su pod tlakom. Zbog toga treba upoznati opasnosti pri radu sa strojevima i uređajima i držati se mjera zaštite.

U svim prostorijama treba biti odgovarajuća rasvjeta, jer i loša vidljivost može prouzročiti ozbiljne ozljede.

Dijelovi stroja kao što su zupčanici, remenice i osovine, trebaju biti potpuno zatvoreni ili posebno zaštićeni.

Stroj se mora zaustaviti kada su iz nekog razloga rotirajući dijelovi stroja izloženi dodiru.

Ne upotrebljavajte strojeve i uređaje ako niste sigurni kako se njima rukuje.

Zapamtite! Sa strojevima i uređajima smiju raditi samo one osobe koje poznaju siguran postupak pri radu, te sve opasnosti i mjere zaštite.

Za rad s novim strojem ili uređajem tražite upute od vašeg rukovoditelja i dobro ih proučite.

Na strojevima za mljevenje mesa postavlja se limeni lijevak kako bi se spriječila opasnost od zahvaćanja ruku. Uređaj je ispravan ako se stroj automatski zaustavi prilikom podizanja poklopca, odnosno ako se ne može ponovno uključiti u rad ukoliko je poklopac podignut.

Za zaštitu od zahvaćanja uređajima za prijenos gibanja (remenski prijenos) moraju biti postavljeni limeni štitnici koji potpuno zatvaraju opasan prostor.

Opasnost može nastati i na uređajima za kuhanje i pečenje hrane. Ozljede pri radu na ovim uređajima mogu biti teške, osobito ako se hrana priprema pod tlakom. Naime, ako zbog nekog kvara naglo poraste tlak kojeg kotao ne može izdržati, rasprsnut će se.

Zaštita od rasprsnuća na posudama pod tlakom izvodi se ugradnjom sigurnosnog ventila koji se mora redovito kontrolirati.

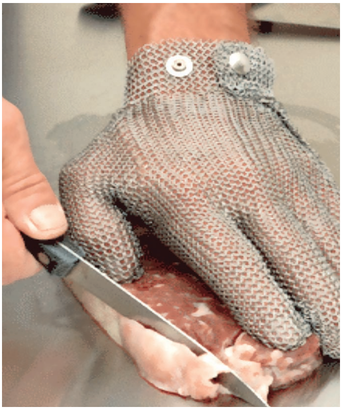
7. Alat i pribor

Najveća opasnost od posjekotina i uboda nastaje pri upotrebi noževa i sjekira kod pripreme hrane.

Najčešći razlozi su:

- prenošenje noževa bez štitnika u rukama, o pojasu ili u džepovima
- odlaganje sjekira po stolovima, policama i na sličnim mjestima koja za to nisu predviđena
- oštećene i rasklimane drške

- loše naoštrena sječiva
- neuporaba osobne zaštitne opreme pri rezanju i sječenju
- loša organizacija rada, npr. kad dvoje radnika rade na istom komadu ili su radna mjesta previše blizu jedno drugome.


zaštitne rukavice od čelične mreže

Da bi se smanjila mogućnost ozljeđivanja pri radu s noževima i sjekirama, treba se držati određenih pravila sigurnosti pri rukovanju ovim priborom. Noževi i sjekire moraju biti izrađeni od kvalitetnog čelika. Držak noža ili sjekire treba biti uvijek suh. Oštećene i neispravne noževe i sjekire odmah zamijenite novima.

Kod rasijecanja mesa, odvajanja kostiju i slično, potrebno je nositi zaštitne rukavice od čelične mreže.

Kako bi spriječili mogući ubod u trbuh, potrebno je nositi pregače od istog materijala.

Nakon završetka rada noževe i sjekire treba spremiti na mjesta predviđena za njihovo odlaganje: u pretinac za noževe ili u ormare za noževe i sjekire.

8. Ugrijani predmeti i tvari

U kuhinji postoji opasnost od opeklina. One najčešće nastaju zbog dodira s vrućim dijelovima uređaja, posuda te vrelom vodom ili hranom.

Poštujte pravilo da se voda, vlažni i mokri predmeti ne stavljaju u vruću mast. Najprije ih treba ocijediti.

Ako se zapali ulje ili mast, ne gasite to vodom, već prekrivanjem.

Prilikom neposrednog izgaranja krutog ili tekućeg goriva te plina u pećima i štednjacima postoji opasnost od razvijanja i širenja ugljičnog monoksida - CO.

U prostorijama koje se ne provjetravaju ugljični monoksid može štetno djelovati na organizam.

Glavobolja, mučnina te vrtoglavica prvi su znakovi djelovanja ugljičnog monoksida. Nakon toga moguća je nesvjestica; ako ugroženome nitko ne pruži pomoć, trovanje monoksidom može izazvati smrt.

9.Osnove pružanja prve pomoći

Ozlijeđenima ili naglo oboljelim zaposlenicima mora se pružiti prva pomoć.
Pružanje prve pomoći ima za cilj spašavanje života čovjeka koji se nalazi u stanju opasnom za život. Prva pomoć je samo privremena i svakako je potrebno pozvati liječnika da preuzme brigu. U proizvodnji vrlo često nastaju razne mehaničke ozljede

zbog uboda, udara ili pada. To su rane kostiju, krvnih žila, živaca i unutarnjih organa. Možemo ih podijeliti na zatvorene rane s neozlijeđenom kožom i otvorene rane s raskinućem kože.
Osnovna načela prve pomoći kod rana:

- Ranu ne dirati prstima, niti ju ispirati bilo kakvim sredstvom, osim kod rane koja je onečišćena otrovom. Ranu koja je onečišćena otrovom preporučuje se očistiti ranu alkoholom ili sličnim sredstvom.
- Ako iz rane viri kakav šiljati predmet, ne smijemo ga vaditi.
Manja i slobodna strana tijela (komadiće kamena, metala itd.) smijemo čistom gazom ukloniti ako se nalaze na površini rane.
- Ranu treba pokriti sterilnom gazom i to tako da gaza pokriva cijelu ranu i prelazi njezine rubove.
- Preko gaze se stavlja zavoj. Zavoj treba učvrstiti gazu i ne smije biti previše stegnut niti prelabav.

Krvarenja

Prva pomoć pri krvarenju sastoji se u zaustavljanju krvi i to što hitnije.
Jako krvarenje privremeno se zaustavlja jakim pritiskom na mjestu ili malo iznad ozljede.
U slučaju sumnje na unutarnje krvarenje najvažniji je brzi prijevoz u bolnicu.

Za zaustavljanje krvarenja iz manjih arterija i vena te pri kapilarnom krvarenju koristi se čvrsto stegnuti elastični (kompresivni) zavoj.

Ako nismo uspjeli zaustaviti krvarenje primjenom elastičnog zavoja ili na drugi način stavljamo povesku. Gušenja i trovanja plinovima Da bi mogli disati, potreban je ispravan sastav zraka. Ako se dogodi da postotak kisika bitno padne dolazi do gušenja (asfiksije). Znakove gušenja možemo podijeliti u nekoliko faza: najprije se javlja žeđ za zrakom, disanje je ubrzano, zatim nastupa pomućenje svijesti s grčevima. Pri kraju svi se pokreti smiruju, nastupa duboka nesvijest koja prelazi u smrt. Sve te faze zajedno traju 3 do 5 minuta.
U slučajevima gušenja odmah treba započeti sa umjetnim disanjem jer čovjek može izdržati bez disanja 3 - 5 minuta.

Udar električne struje

U svakoj radnoj prostoriji gdje se nalaze električne instalacije ili uređaji, postoji opasnost od udara struje. Ako osoba doživi električni udar može zadobiti lakša ili teža zdravstvena oštećenja: opekotine, grčenje mišića, prekid disanja i rada srca.
Glavno pravilo pri pružanju prve pomoći kod udara električne struje je da treba što prije osloboditi ozlijeđenog od djelovanja struje. Ako ozlijeđeni ne diše ili je došlo do zastoja srca, treba odmah započeti oživljavanje.
Za vrijeme oslobađanja ozlijeđenog iz strujnog kruga nikada se ne smije ozlijeđenog uhvatiti golim rukama jer u tom slučaju može i spasilac biti ozlijeđen. Oslobađanje

ozlijeđenog iz strujnog kruga niskog napona može se izvesti tako da izvučemo utikač iz utičnice. Ako to nije moguće, treba prekinuti dovod električne struje rezanjem priključnih vodiča pomoću izoliranih kliješta ili nekog predmeta izrađenog od izolacijskog materijala, npr. sjekire s drvenom drškom.
Ako nije moguće ozlijeđenog brzo osloboditi iz strujnog kruga, spasilac izolira svoju ruku gumenim izolacijskim rukavicama, suhim i cijelim kožnatim rukavicama, odnosno suhim komadom odjeće ili upotrijebi izolirani alat, npr. izolacijsku motku ili suhu drvenu motku.
Ako ozlijeđena osoba ne diše potrebno je odmah pristupiti oživljavanju - masaži srca i davanju umjetnog disanja.

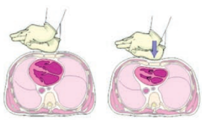
Masaža srca

Rad srca provjeravamo tako da opipamo puls na vratnoj žili kucavici, a ne pipanjem pulsa na ruci. Masaža srca obavlja se na donjoj polovini prsne kosti, u sredini 2-3 prsta iznad mjesta gdje se spajaju rebrani lukovi. Unesrećeni mora ležati na leđima, na tvrdoj ravnoj podlozi.

Masaža srca izvodi se na sljedeći način:

- Spasilac položi ozlijeđenog na leđa, na tvrdu podlogu i klekne do njega s njegove desne strane.
- Tada se preklopi dlan jedne ruke preko nadlanice druge ruke i položi ih na donji dio grudne kosti. Svake sekunde pritisne se tolikom snagom da se grudni koš ulegne za 3 – 5 cm. Nakon pritiska treba ruke opustiti, čime se omogućuje širenje grudnog koša i punjenje srca krvlju.
- Vanjska masaža izvodi se 5 – 10 minuta i ako se za to vrijeme ne uspostavi normalan rad srca, izgledi za uspjeh oživljavanja su minimalni.





Masaža srca

Umjetno disanje

Umjetno disanje može se obaviti na dva načina: metodom usta na nos i metodom usta na usta.
Prije nego što se pristupi upuhivanju zraka, moramo osigurati prolaz zraku kroz dišne putove. Najprije treba provjeriti ima li u dišnim putovima stranog sadržaja (slina, krv). U besvjesnom stanju čovjeku jezik omlohavi i pada dok leži na leđima i tako zatvara

prolaz zraku. Da bismo oslobodili dišne putove, odnosno podigli jezik, moramo unesrećenom što je više moguće zabaciti glavu unazad. Umjetno disanje radimo u ritmu normalnog disanja, 12 -14 puta u minuti, odnosno upuhujemo zrak svakih 5 sekundi. Kad oživljavanje obavlja jedan spasilac, započinje s tridesetak pritisaka masaže srca, a zatim umjetnim disanjem (2 udaha); naizmjenično se izvodi trideset pritisaka masaže srca i 2 upuhivanja (30:2).

oživljavanje = 30 pritisaka : 2 upuhivanja

Ako je prisutno više spasilaca (drže se istog omjera 30 : 2), trebali bi se mijenjati svake 1 -2 minute kako bi spriječili umaranje.

Nakon nekoliko ciklusa provjerava se stanje unesrećenog (provjera disanja i rada srca), ne gubeći na to previše vremena.

IX TEČAJ HIGIJENSKOG MINIMUMA

Tečaj higijenskog minimuma je dio zdravstvenog odgoja koji svim osobama koje rade s hranom omogućuje osnovno znanje o zdravstvenoj ispravnosti namirnica i osobnoj higijeni, s ciljem usvajanja i primjene toga znanja.
Tečaj traje tjedan dana. Završni ispit polaže se pri Hrvatskom zavodu za javno zdravstvo. Nakon četiri godine osoba mora ponovno pristupiti tečaju kako bi obnovila znanje.

U svakom poslu vrlo je važna osobna higijena zaposlenika, a osobito u ugostiteljstvu. Ona uključuje pranje ruku, higijenu tijela i nogu, higijenu usta i zubi, higijenu nosa i ždrijela.

Higijenske navike su kupanje, umivanje, pranje ruku.
Važno je da se ove radnje vrše svakodnevno!

1. Pravilno pranje ruku ili higijena ruku

Ruke treba prati pomoću tople i čiste vode i tekućeg sapuna. Predmete u kuhinji NE SMIJEMO dirati prljavim rukama jer možemo prenijeti mnoge bakterije ili zarazne bolesti.

2. Higijena radne odjeće

Radna odjeća uvijek mora biti čista. Bilo bi dobro da radna odjeća bude pamučna i da se može iskuhavati i glačati na temperaturi od 100 stupnjeva. Tako uništavamo različite bakterije.

3. Radna obuća ili radne cipele

Radne cipele moraju biti anatomski prilagođene i udobne. Anatomski prilagođene cipele znači da u njima postoji anatomski uložak. Radne cipele također treba redovito održavati pastama za obuću, četkanjem i provjetravanjem. Prema potrebi treba nabaviti nove.

X SVOJSTVA I PRIMJENA NAMIRNICA

Kako bi bili zdravi, moramo jesti pravilno i redovito!

PRIMJENA NAMIRNICA

Što je namirnica (ili hrana)?
Postoje različiti odgovori na ovo pitanje.
Jedan od odgovora je: „Hrana je svaka prerađena, djelomično prerađena ili neprerađena tvar koja se koristi za prehranu ljudi.
Ili jednostavniji odgovor: "Hrana je gorivo za naše tijelo".

U hranu ubrajamo i vodu, različite aditive, boje, čak i žvakaće gume.
Razlikujemo tri velike skupine namirnica (ili hrane) prema podrijetlu:

1. hrana životinjskog podrijetla
2. hrana biljnog podrijetla
3. ostala hrana

1.Hrana životinjskog podrijetla:

Meso i mesne prerađevine, meso peradi i proizvodi od mesa peradi, meso divljači, ribe, rakovi, školjke, mekušci, žabe, kornjače, puževi, mlijeko i mliječni proizvodi, jaja, životinjska ulja i životinjske masti.

2. Hrana biljnog podrijetla:

Žitarice i proizvodi od žitarica, povrće i proizvodi od povrća, voće i proizvodi od voća, kava, čaj, mirodije i začini.

3. Ostala hrana su tvari mineralnog podrijetla:

Voda, mineralna voda, sol, itd.

Hrana se sastoji od više PREHRAMBENIH SASTOJAKA, a to su:

a) bjelančevine ili proteini
b) ugljikohidrati ili šećeri
c) masti ili ulja
d) vitamini
e) minerali
f) voda

a. **Bjelančevine** su glavni materijal od kojega je napravljeno tijelo i mišići te ih je zato važno unositi u naš organizam. Uglavnom se nalaze u namirnicama životinjskog podrijetla i namirnicama biljnog podrijetla. Preporučuje se mješoviti unos bjelančevina u organizam.

b. **Ugljikohidrati** ili šećeri su glavni izvor energije u organizmu (kao gorivo u autu). Ugljikohidrate nalazimo u hrani biljnog podrijetla, npr. žitaricama ili krumpiru.

c. **Masti i ulja** sadrže najveću količinu energije koju koristimo.
Masti se prvenstveno nalaze u životinjskim namirnicama kao što je meso, riba, itd. Ulja nalazimo uglavnom u biljnim namirnicama (npr. žitaricama).

d. **Vitamini** (riječ vita znači život) su jako važni za zdravlje našeg organizma (tijela) i zato ih često moramo unositi. Najviše ih ima u voću i povrću. Zato SVAKI DAN trebamo jesti voće i povrće kako bismo unijeli vitamine A, B, C, D, E, H i K.

e. **Minerali** su jako važni za sklad i obranu našeg tijela. Također su važni za zdravlje kostiju, mišića, živaca, tetiva i žlijezda. Najpoznatiji minerali su kalcij, fosfor, kalij, fluor i željezo.

f. **Voda** je, kao i zrak najvažnija za održavanje života . Kada bi nestalo vode, vrlo brzo bi nestalo i života. Voda je tvar bez boje, okusa i mirisa.

Kako bi bili zdravi, trebamo piti najmanje 2 litre vode dnevno!

XI ČIŠĆENJE I PRANJE NAMIRNICA

Svaka namirnica se prije pripreme mora očistiti i oprati. To je važno jer se kod uzgoja često koriste umjetna gnojiva koja su štetna za zdravlje čovjeka. Povrće se može čistiti guljenjem ili pranjem. Ponekad izdubimo sredinu povrća ili se iz povrća vade koštice.
Na isti način pripremamo i voće.
Kuhane namirnice peremo samo iz razloga da bi sa njih isprali sluz – npr. peremo kuhanu rižu, njoke i razne tjestenine.

XII STROJEVI U KUHINJI

Osim alata, u kuhinji se nalaze različiti strojevi:

1. univerzalni stroj za pranje
2. stoj za protiskivanje (pasiranje)
3. stroj za mljevenje mesa
4. stroj za guljenje krumpira i mrkve
5. stroj za vakuum pakiranje
6. stroj za usitnjavanje i sjeckanje povrća

Strojevima trebamo rukovati pravilno i oprezno, prema uputama proizvođača!

1.Univerzalni stroj za pranje

To je stroj za pranje bijelog suđa.
U većini slučajeva to je veliki profesionalni automatski stroj za pranje posuđa, ali može biti i manja mašina, slična onoj koju koristimo u kućanstvima. Sa prednje strane se ubacuje prljavo suđe na traku koje smo prethodno istuširali, odnosno odstranili otpatke od hrane.
Na drugoj strani izlazi čisto suho suđe koje samo moramo razvrstati i spremiti na police za čisto suđe.

2. Stroj za protiskivanje (pasiranje)

Služi za pripremanje umaka, kremastih juha te raznih gustih napitaka od voća ili povrća.
Poznajemo dvije vrste: štapni mikser ili stolni mikser (sjekač).
Ako treba protisnuti veliku količinu namirnica, preporučljivo je koristiti stroj za mljevenje mesa.

3. Stroj za mljevenje mesa

Služi sa usitnjavanje ili mljevenje mesa, ribe ili povrća.

Vrlo je važno namirnicu koja se ubaci u stroj gurati drvenim ili plastičnim pomagalom. Nikako ne smijemo namirnicu gurati prstima, noževima ili nekim drugim predmetima.

U novije vrijeme ovaj stroj je napravljen na siguran način tako da ne možemo gurnuti prste ili ruku u otvor za ubacivanje mesa i ozlijediti se.
Stroj za mljevenje mesa radi na ovaj način:
Namirnica koju treba samljeti ubacuje se s gornje strane u otvor nalik lijevku. Metalno svrdlo (puž) koje se nalazi ispod, gura tu namirnicu prema noževima koji ju režu. Dalje ju guraju prema situ.Sito može biti raznih veličina i profila rupa, ovisno o tome što trebamo napraviti s tom namirnicom.

4. Stroj za guljenje krumpira i mrkve

Sastoji se od velikog bubnja. Bubanj je hrapav otprilike kao brusni (šmirgl) papir. Na dnu bubnja nalazi se hrapavi disk koji okreće krumpire. Krumpiri se ljušte tako da se ribaju o unutarnju stranu bubnja. Pri tome je potreban dotok hladne vode.

5. Stroj za vakumsko pakiranje

Koristi se za vakumiranje, odnosno isisavanje zraka iz vrećice. Vakumiranje produžuje rok trajanja namirnica. Namirnice stavimo u debelu plastičnu prozirnu vrećicu iz koje se izvuče zrak. Tako pakirane vrećice s namirnicama mogu se neko vrijeme držati u frižideru.

6. Stroj za usitnjavanje i sjeckanje povrća

Povrće je potrebno gurati s gornje strane prema dnu stroja. Na dnu se nalaze rotirajući noževi koji režu namirnicu na željenu veličinu. Ovi noževi imaju oštrice različitih debljina koji se mijenjaju po potrebi.
Kao i kod stroja za mljevenje mesa i na ovom stroju su ozljede vrlo česte, jer su noževi vrlo blizu.

Namirnicu je potrebno gurati odozgora, isključivo drvenim ili plastičnim pomagalom.

Dakle, namirnicu nikako nije dopušteno gurati prstima, noževima ili drugim predmetom.

XIII ALATI I NOŽEVI U KUHARSTVU

Glavni kuhinjski alat je **nož**. Noževe dijelimo prema vrsti, namjeni i izgledu vrha oštrice (špice).

1. Vrste kuharskih alata i noževa u toploj kuhinji:

- kuharski nož
- nož za povrće
- nož za voće
- nož za ribu
- nož za meso
- nož za sirovu piletinu
- nož za pečeno meso
- nož za odvajanje sirovoga mesa od kostiju
- škare za meso
- univerzalni kuharski nož
- čelični brus za brušenje noževa
- kameni brus za brušenje noževa
- kuharska vilica

- kuharska lopatica ili paleta
- mikro ribež
- nož za oblikovanje povrća
- nož za čišćenje povrća ili ljuštilo
- nož za dekoraciju
- mnoge druge vrste dodatnog alata

2. Vrste kuharskih alata i noževa u hladnoj kuhinji:

- kuharski nož
- univerzalni kuhinjski nož
- nož za rezanje povrća
- nož za rezanje voća
- nož za rezanje pršuta i lososa
- nož za rezanje fileta riba
- nož za maslac
- nož za sir
- nož za ukrašavanje voća i povrća
- škare za ribu
- pinceta za ribu
- nož za otvaranje školjaka
- nož za maslac
- posebni specijalni noževi koji se koriste za dekoriranje ili rezbarenje voća ili povrća

3. Vrste kuharskih alata i noževa u slastičarnici:

- nož za torte
- slastičarski nož za biskvite
- slastičarska lopatica
- lopatica za mazanje i glaziranje – još je zovemo i slastičarska paleta
- kotačić za tijesto
- nož za vađenje sredine jabuka
- nastavci za vrećice za ukrašavanje torti ili slastica, te razni ostali alati ili kalupi
- razni ostali alati ili kalupi

XIV OSOBLJE UGOSTITELJSKE KUHINJE

Svaka ugostiteljska kuhinja nezamisliva je bez kvalitetnog, obučenog i dobro organiziranog osoblja (zaposlenika kuhinje).
Prema radnim kvalifikacijama zaposlenike kuhinje dijelimo na:
Stručno (kvalificirano), nestručno (nekvalificirano ili priučeno osoblje), te učenike ili praktikante.

Stručno osoblje čine zaposlenici s potrebnom stručnom spremom i kvalifikacijom za rad u kuhinji. To su kuhari, pomoćni kuhari, kuhari majstori, kuhinjski mesari, slastičari , pekari, itd.

Nestručno osoblje čine zaposlenici koji nemaju potrebnu stručnu spremu, ali aktivno sudjeluju u nekim kuhinjskim poslovima. Peru crno i bijelo suđe, čiste kuhinjske prostorije, ribu, povrće. Pripremaju sve vrste namirnica za kuhanje.
Učenici ili praktikanti obavljaju u kuhinji svoju stručnu praksu. Sudjeluju u svim kuhinjskim poslovima. Obavljaju posao uz prisutnost i prema uputama svog mentora, a prema nastavnom planu i programu.
Učenici vježbaju i pripremaju se za samostalni rad u kuhinji jednoga dana na poslovima kuhara.

Podjela rada stručnog osoblja (zaposlenika) ugostiteljske kuhinje

Najpoznatija su dva sustava prema kojima se dijele zaposlenici i njihovi poslovi u kuhinji:

1. BEČKI BRIGADNI SUSTAV ILI MALA BEČKA BRIGADA
Ne postoji uža podjela poslova i specijalizacija kuhara.
Svi kuhari pripravljaju sve namirnice.
Mala bečka brigada uglavnom postoji u manjim ugostiteljskim objektima.

Malu bečku brigadu čine:

- Voditelj ili šef kuhinje - odgovoran je za vodstvo cijele kuhinje i zaposlenika. Prema potrebi zamjenjuje kuhare.
- Prvi kuhar - priprema sve vrste juha, umaka, mesa i ribe. Prema potrebi zamjenjuje šefa.
- Drugi kuhar ili kuhar povrća i priloga - priprema sve vrste priloga i povrća, razne garniture itd. Odgovoran je prvome kuharu.
- Treći kuhar ili hladni kuhar priprema razne hladne plate, sendviče, salate, dodatke za salate itd
- Kuhinjski slastičar - priprema sve vrste slastica.
- Ostalo razno pomoćno osoblje, pomoćni kuhari, pomoći radnici itd.

2. FRANCUSKI BRIGADNI SUSTAV ILI VELIKA FRANCUSKA BRIGADA
Velika francuska brigada prisutna je u mnogim velikim svjetskim kuhinjama, ekskluzivnim hotelima, itd. Ponekad u jednoj smjeni radi čak i do 30 ljudi. U ovoj vrsti kuhinje postoji uža specijalizacija jela i kuhara. Po tome se razlikuje od Bečke brigade. Svaki kuhar ima strogo određeni osobni zadatak i gotovo uvijek ima pomoćne kuhare (demi Chef de partie, Commis).

KUHARI:

Voditelj kuhinje (Executive Chef)
On je glavni šef kuhinje. Rukovodi čitavom kuhinjom. Odgovoran je samo hotelskom menadžeru.
Zamjenik voditelja kuhinje (Sous Chef)
Pomaže glavnom šefu kuhinje i prema potrebi ga mijenja. Organizira rad glavnih i pomoćnih kuhara.
Kuhar umaka (Chef Saucier)
Ponekad ga se naziva prvim kuharom. Priprema i peče na roštilju ribu ili meso. Kasnije priprema sve vrste tamnih i svijetlih temeljaca od kojih radi umake.
Kuhar priloga (Chef Entremetier)
Priprema sve vrste priloga, garnitura i juha, gotovo uvijek na tavama.
Kuhar Hladne kuhinje (Chef Gardemanger)
Priprema hladna jela, hladna predjela, salate i umake.

NAPOMENA: Kuhar umaka, kuhar priloga i kuhar hladne kuhinje su šefovi svojih „stanica“. Dakle, svaki od njih priprema svoj dio hrane za goste. Jedan je zadužen za meso i umak, drugi za prilog i dekoraciju, treći za salatu, dekoraciju i dresing.
Ova tri kuhara rade na istom položaju i odgovorni su samo zamjeniku voditelja kuhinje.

Kuhar pečenja (Chef Rotisseur) priprema sve vrste pečenja. Radi sa kuharom umaka.
Kuhar jela na roštilju (Chef Grillardin) priprema sve vrste ribljih i mesnih jela na roštilju i priloge koji se stavljaju na roštilj.
Kuhar prženja (Chef Friturier) priprema sve namirnice koje se prže.
Kuhar ribljih jela (Chef Poissonnier) priprema sva jela od riba te morskih plodova.
Kuhar juha (Chef Potager) priprema sve vrste juha i temeljaca.
Kuhar povrća (Chef Legumier) priprema sve vrste povrća te razna variva od povrća.
Kuhar nacionalne kuhinje (Chef de plats reginoaux) priprema samo jela određene zemlje, regije ili kraja.
Kuhar zamjenik (Chef Tournant) mora biti iskusniji kuhar jer mijenja odsutne kuhare. Pokriva „stanicu“ na kojoj u tom trenutku nedostaje pripadajući kuhar.
Kuhar za osoblje (Cuisinier pour le personnel) priprema isključivo jela za zaposlenike ugostiteljskog objekta.
Dežurni Kuhar (Chef de garde) priprema sve vrste jela. Može biti u popodnevnoj ili noćnoj smjeni.
Noćni kuhar (Chef de Nuit) radi po noći, pripremu za drugi dan.

Kuhar (Cuisinier) neovisna pozicija može pripremati kao drugi kuhar na nekoj „stanici“, na primjer može pomagati kuharu umaka.
Drugi kuhar stanice (Demi Chef de Partie) pomaže voditelju stanice i radi sve po njegovom naputku.
Mladi Kuhar (Commis – Junior Chef) radi na određenoj stanici po naputku šefa stanice. Na primjer reže povrće, održava čistoću stanice, brine se o alatima na stanici, ponekad priprema za doručak omlete pred gostima u restoranu na omlet stanici. Iz toga razloga je dobio interni kuhinjski nadimak Breakfast Cook (Kuhar doručka).

KUHINJSKI MESAR I KUHINJSKI PEKAR

Kuhinjski Mesar (Buocher) priprema sve vrste mesa. Odgovoran je zamjeniku voditelja kuhinje.
Kuhinjski Pekar (Boulanger) priprema kruh, peciva i tijesta.

SLASTIČARI

Glavni Slastičar (Patissier) je voditelj slastičarnice. Priprema slastice.
Prvi slastičar (Confiseur) priprema bombone i male kolače. Prema potrebi mijenja voditelja slastičarnice.
Drugi slastičar (Glacier) priprema smrznute ili hladne deserte, biskvite, dijelove torte.
Slastičar Dekorater (Decorateur) radi samo dekoracije od šećera i marcipana.

OSTALO KUHINJSKO OSOBLJE

Praktikanti ili kuharski naučnici (Apprentie) idu u školu za kuhara i jednoga dana će samostalno obavljati posao kuhara.

POMOĆNI KUHAR (ASSISTANT - AIDE CUISINIER)
obavlja poslove čišćenja i pranja namirnica, priprema povrće. Po naputku kuhara voditelja „stanice“ priprema i reže povrće za daljnju termičku obranu. Pomaže u izdavanju pojedinih jela. Sudjeluje u čišćenju i pranju kuhinje, kuhinjskih pomoćnih prostorija, uređaja, posuđa i alata.

Radnik izvikivač (Aboyeur – Kitchen Announcer)
Ponekad večera traje satima i u kuhinju stalnu stalno pristižu nove narudžbe. U toj situaciji kuhari ne mogu zapamtiti broj svih narudžbi.
Zato postoji osoba zadužena za izvikivanje. Naime, ponekad izgovara narudžbu više puta dok ne dobije potvrdu od kuhara „stanice“ da je narudžba primljena.
Mali od Kužine (Garcon de Cuisine – Kitchen Boy) je osoba koja je kuharima uvijek pri ruci kako bi im pomogla.
Perač bijeloga suđa (Plongeur) pere bijelo suđe (tanjuri, pribor za jelo).
Perač crnoga suđa (Marmiton) pere crno suđe (tave, lonci).

XV OBLIKOVANJE NAMIRNICA PREMA UPUTAMA KUHARA

Oblikovanje namirnica se vrši ručno pomoću alata (noža) ili strojno pomoću kuhinjskih pomagala ili strojeva.
Metode strojnog oblikovanja: kosanje, mljevenje, razvlačenje i ribanje namirnica.
Metode ručnog oblikovanja: Namirnice se režu nožem na polovine, ploške, kockice, rezance i listiće.

Mnogi šefovi kuhinja koriste izreku: „Prvo se jede očima, a tek onda ustima“.

Dakle, kuhar ili pomoćni kuhar koji usavrši vještinu oblikovanja namirnica, daje jelu privlačan izgled i čini ga ugodnom oku. Na taj način kuhar dobiva na važnosti, a gosti restorana će rado jesti tu hranu.

Ako je namirnica narezana na manje komadiće, skraćuje se proces kuhanja. Budući da se kraće kuha, okus hrane postaje bolji i zdraviji jer nisu izgubljena hranjiva svojstva namirnica (vitamini i minerali).

METODE REZANJA POVRĆA:

Tap chopping
Namirnica se reže nožem okomito prednjim ili zadnjim dijelom oštrice prema dolje, ujednačenim ritmom. Najviše se koristi prilikom rezanja na krugove (na primjer krastavac za salatu ili tikvicu).

Treba biti jako oprezan kod ovog načina rezanja jer je najopasniji.

Svakim novim rezom treba pomicati prste unazad, najviše palac, jer ako nepravilno reže, kuhar se može porezati.

Rock chopping
Namirnica se reže „naprijed nazad“ ujednačenim pokretima. Oštrica noža uvijek je stisnuta naprijed i reže se samo zadnjim dijelom. Rock chopping najviše se koristi prilikom rezanja paprike, šampinjona i poriluka. Također treba biti oprezan. Ne smije se podizati zadnja oštrica noža više od jednog centimetra od namirnice.

Cross chopping
Najjednostavnija metoda ali ne i najmanje opasna.
Namirnica se kosa, ali samo pomoću jedne ruke. Druga ruka stoji na oštrici noža sa gornje strane ili na leđima. Najviše se koristi kod dodatnog usitnjavanja crvenog luka, rezanja češnjaka, sitnog rezanja i kosanja svježeg peršina.

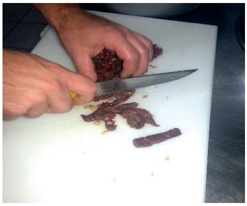
NAČINI REZANJA POVRĆA:

Postoji mnogo različitih oblika rezanja povrća.
Oblike rezanja povrća dijelimo na jednostavne i složene.

Jednostavni oblici rezanja povrća obavljaju se nožem ili strojem.
Složeni oblici rezanja povrća obavljaju se samo nožem.

Jednostavni oblici rezanja povrća

- Na kockice
- Na trakice
- Na ploške



Rezanje mesa na trakice

Složeni načini rezanja povrća:

- Na rombiće
- Na bačvice
- Na krugiće
- Na trokute
- Na pravokutnike



Rezanje tikvica na kockice

Osnovne načine rezanja povrća bi trebao znati svaki pomoćni kuhar iz razloga što mu mogu puno pomoći u njegovu svakodnevnom poslu.
Moderni načine rezanja povrća spadaju u kulinarsku umjetnost (Culinary Art) te se uče dugogodišnjim radom i velikim trudom.
Najčešće se uče pri specijalizaciji za Majstora kuhara u najprestižnijim svjetskim kulinarskim školama.

XVI PRIPRAVLJANJE TEMELJACA

Temeljac (Fond, Stock, Bruehe) kao što mu ime govori, temelj je svakog jela.
Temeljac se dodaje u sve vrste jela kao dodatak umacima, juhama i varivima.
Dodaje se umjesto vode i tako upotpunjuje i obogaćuje okus jelima.
Mnogi kuhari u nedostatku vremena ne rade vlastite temeljce, već koriste gotove kocke ili već gotove dodatke jelima.
Kada se temeljac napravi, može se čuvati u frižideru ili zamrzivaču i upotrijebiti više puta.
Kuha se kao i juha, na laganoj vatri nekoliko sati. Zatim ga je potrebno procijediti i odmastiti.
Temeljac se mora slagati s okusom jela koje radimo. Ne možemo ribljim temeljcem podlijevati mesno jelo ili ako radimo vegeterijanska jela, ne možemo ih podlijevati temeljcem od mesa.
Postoje različite vrste i boje temeljaca.
Glavni sastojak svih temeljaca je mesna ili riblja namirnica te korjenasto povrće (crveni luk, mrkva, celer, korijen peršina).

Temeljce dijelimo na:

1. Svijetli mesni temeljac od telećih kostiju
2. Tamni mesni temeljac od telećih kostiju
3. Svijetli temeljac od kokošjih kostiju
4. Tamni temeljac od kokošjih kostiju
5. Tamni temeljac od divljači
6. Svijetli temeljac od ribe
7. Temeljac od povrća

1. Svijetli mesni temeljac od telećih kostiju

Upotrebljava se za svijetle mesne juhe, svijetle mesne umake, te jela u svijetlim umacima.
Radi se na ovaj način:
Teleće mekano meso i kosti se operu. Stave se prokuhati u hladnu vodu, a kada voda počne uzavirati, sve skupa se ocijedi, voda se baci, a kosti se još jednom operu u hladnoj vodi. Zatim se ponovo kuhaju u hladnoj vodi. Kada voda zakuha, treba maknuti pjenu ukoliko se ona pojavi. Tada se ubaci korjenasto povrće i kuha na laganoj vatri naredna 3 do 4 sata. Tako pripremljeni temeljac procijedi se kroz gusto cijedilo, odmasti se i čuva u frižideru 3 dana. Ako se ne potroši unutar 3 dana, može se zamrznuti i upotrijebiti kasnije.

2.Tamni mesni temeljac od telećih kostiju

Upotrebljava se_za tamne mesne umake, te jela u mesnim umacima.
Radi se na ovaj način:
Teleće kosti se operu i onda zapeku u pećnici da poprime boju.
Zatim se stave u lonac. Ali prije toga u lonac na masnoći zapečemo korjenasto povrće i dolijemo hladnu vodu. Sve zajedno kuha se 6 sati. Na kraju se temeljac procijedi, odmasti i ohladi. Čuva se u frižideru ili zamrzivaču i treba ga potrošiti za najviše 3 dana.

3.Svijetli temeljac od kokošjih kostiju

Upotrebljava se za svijetle juhe od peradi, umake od peradi i jela u svijetlim umacima od peradi.
Radi se na potpuno isti način kao i svijetli temeljac od telećih kostiju, samo što se umjesto telećeg upotrebljava kokošje meso.

4.Tamni temeljac od kokošjih kostiju

Upotrebljava se za tamne umake od peradi i jela u tamnim umacima od peradi.
Radi se na potpuno isti način kao i tamni temeljac od telećih kostiju, samo što je glavni sastojak meso i kosti peradi, te se kuha bitno kraće, odnosno 2-3 sata na laganoj vatri.

5.Tamni temeljac od divljači

Upotrebljava se za jela i umake od divljači. Zbog tamne boje mesa ne postoji svijetli dio temeljca.
Radi se na isti način kao i teleći temeljac, ali zbog tamne boje mesa nema potrebe kosti prvo zapeći u pećnici. Dakle, sve zajedno - meko meso, kosti i povrće prepržimo na masnoći, kada porumeni zalijemo crnim vinom, kratko prokuhamo i dolijemo željenu količinu vode. Kuhamo najmanje 6 sati, procijedimo, maknemo masnoću, ohladimo i čuvamo u frižideru dok ga ne upotrijebimo.

6.Svijetli temeljac od ribe

Upotrebljava se za riblje umake, jela od ribljega mesa i riblje odreske. Zbog svijetle boje ribe ne postoji tamni dio temeljca.
Radi se na isti način kao svijetli mesni temeljac samo što ide riba i povrće te je dovoljno kuhati jedan sat. Ovdje ne cijedimo masnoće jer ih nema, samo ohladimo i čuvamo u frižideru do upotrebe.

7.Temeljac od povrća

Upotrebljava se za juhe i umake te kao zamjena za dodatke jelima.
Radi se na ovaj način: Korjenasto povrće izrezati na kocke i blago prepržiti na maslacu. Doliti hladnu vodu i kuhati oko jedan sat. Ukoliko se radi o BISTROM temeljcu od povrća, potrebno ga je procijediti. Ukoliko se radi o GUSTOM temeljcu od povrća, onda sve zajedno treba protisnuti kroz sito. Zatim ohladiti i čuvati u frižideru.

XVII OSNOVE KUHANJA POVRĆA

Postoji nepisano kuharsko pravilo koje glasi:

> *„Povrće koje raste u zemlji kuha se u hladnoj vodi (krumpir, mrkva, cikla).Povrće koje raste iznad zemlje, kuha se u kipućoj vodi (cvjetača, brokula, kupus, mahuna)".*

Postoje dva osnovna načina kuhanja povrća:

1. kuhanje povrća u vodi
2. kuhanje povrća na pari

1. Kuhanje povrća u vodi

Kuhanjem povrće postaje mekše, probavljivije, ukusnije. Ovaj način se najviše koristi kod pripreme različitih variva (varivo od mahuna, graha, kelja, itd.).
Ukoliko se NE radi o varivima, trebamo povrće skuhati A LA DENTE (PULUTVRDO), odnosno ne smijemo ga raskuhati pogotovo ako ga kasnije prepržimo na maslacu.

2. Kuhanje povrća na pari

Kuhanje povrća na pari je najzdravije jer se ne ispire ništa osim masti. Toplina koja djeluje na namirnicu nije voda nego vodena para pa se bitno razlikuje od kuhanja u vodi. Vruća vodena para potpuno drugačije djeluje na sastav povrća. Povrće omekša ali zadrži svoj izvorni izgled poput nježnog povrća, na primjer brokule ili cvjetače. Kuhanjem na pari povrće puno manje gubi na kvaliteti nego kod kuhanja u vodi.



Povrće pripremljeno za kuhanje



Guljenje luka

XVIII SERVIRANJE DNEVNIH OBROKA

Dnevni obroci imaju pravilan raspored posluživanja.
Dijelimo ih na glavne i dodatne.

- Glavni dnevni obroci su zajutrak, ručak i večera.

Zajutrak

Poslužuje se između 6 i 9 sati ujutro. Zajutrak je vrlo važan jer je prvi obrok i tijelu daje energiju nakon sna. Zato je bitno da bude sastavljen od zdravih namirnica.

Ručak

Poslužuje se između 12 i 15 sati. Ručak je najobilniji dnevni obrok. Sastoji se od 3 ili više sljedova:
1. slijed je juha i hladno ili toplo predjelo.
2. slijed je glavno jelo (meso, riba, umaci, prilozi).
3. slijed desertna jela (kolači, kompoti, sirevi, voćne salate).

Večera

Poslužuje se između 19 i 22 sata. Zadnji je dnevni obrok, pa je preporučljivo konzumirati lako probavljive zdrave i nemasne namirnice, kao što salate sa začinima i jajima, zapečeno povrće, zapečena tjestenina, musaka, kuhana mesna jela s povrćem, riba, pudinzi, sladoledi, kompoti.

- Dodatni obroci su doručak i užina.

Doručak

Poslužuje se između 9 i 11 sati. Ne preporučuje se svima, ali ga ne možemo uvijek

izostaviti. Ljudi koji rade lakše poslove konzumiraju različite sendviče ili peciva. Ljudi koji rade teške fizičke poslove (na primjer na polju ili gradilištu) jedu već gotova jela s prilozima jer im nije dovoljan samo senvič.

Užina

Poslužuje se između 16 i 17 sati. Osobama s uobičajenim svakodnevnim aktivnostima nije potrebna užina. Preporučuje se djeci, mladima u razvoju, starim i nemoćnim ljudima te ljudima koji rade teške fizičke poslove.



Pohani file oslić, riža glazirana s tikvicama, tartar umak

Prigodni obroci

Organiziraju se povodom različitih svečanih događanja (vjenčanja, krštenja, koncerata klasične glazbe), poslovnih sastanaka i konferencija, itd. Tu su uključena jela poput malih sendviča, mesnih ili ribljih jela, hladnih ili toplih predjela, jela od povrća ili salate.

XIX SLAGANJE OBLIKOVANIH NAMIRNICA

Slaganje i oblikovanje namirnica (krumpira, mesa za musaku, sendviča, pizza, umaka, itd.) mnogo ovisi o tome što ćemo pripremati toga dana.
Prilikom slaganja musake od mesa, krumpir je potrebno izrezati na ploške. To se većinom radi ručno. Također se može pripremiti i strojno, ovisno o potrebi i količini. Krumpir treba biti širine otprilike pola centimetara te ga je prvo potrebno blanširati. Meso za musaku se priprema na način da se meso posebno popprži na crvenome luku sa svim potrebnim začinima - sol, koncentrat rajčice, papar, crvena mljevena paprika, a mogu se upotrijebiti i neke mirodije poput ružmarina, lovorovog lista, origana ili majčine dušice. Sve se dogovara s glavnim kuharom, u svrhu boljeg okusa jela. Musaku radimo na način da slažemo red krumpira, red mesa.
Između svakoga reda možemo stavljati umak od rajčice ili vrhnja, ovisno koju musaku radimo (povrtnu, mesnu ili riblju).

Ako se radi povrtna ili riblja musaka, najprije je potrebno ploške povrća ili ribe prepržiti na tavi na maslacu.

Kada dođemo do vrha (otprilike do trećeg ili četvrtog reda), na zadnji red ide samo krumpir te zatim sve skupa prelijemo smjesom koju smo složili od 4 jaja, malo brašna te vrhnja za kuhanje ili mlijeka.

Lazanje od mesa

Najprije u tavu stavimo red lazanja. Nakon toga slažemo po jedan red mesa koje se prvo prepprži na masnoći sa crvenim lukom, češnjakom te raznim začinima i mirodijama. Između tijesta za lazanje stavimo po jedan red BEŠAMEL umaka.



Lazanje od mesa

Kako napraviti BEŠAMEL umak? Tako da na rastopljenom maslacu napravimo zapršku od brašna te zalijemo hladnim mlijekom uz stalno miješanje. Onda lagano začinimo različitim začinima i mirodijama.

Lazanje od povrća

Najprije kratko prepržimo povrće na vrućem roštilju i ostavimo sa strane.
Zatim u zdjeli ili loncu (ovisno o količini koju trebamo) zagrijemo maslinovo ulje, dodamo sitno isjeckani luk, pržimo dok ne poprimi lijepu zlatno žutu boju. Tada dodamo nasjeckane pelate i koncentrat rajčice. Sve skupa kratko prokuhamo. Dodamo temeljac od povrća. Blago začinimo raznim Provansalskim začinima i mirodijama te sve zajedno kuhamo na laganoj vatri 2 sata.

Kako se slažu lazanje od povrća? Jedan red umaka od rajčica i jedan red tijesta za lazanje (treba sve skupa biti 3 ili 4 reda). Zalijemo bijelim bešamel umakom. Staviti peći otprilike 30 minuta na 170 stupnjeva Celzijusa.

Sendvič

Sastav sendviča može biti raznolik. Kruh ili pecivo prerežemo na pola. Donja polovica se maže maslacem. Neki od uobičajenih sendviča su sir, šunka, zimska, salama, tuna i razno povrće od kojeg uglavnom koristimo zelenu salatu, paradajz, kisele krastavce, kukuruz, mrkva, itd.

Pizza

Uvijek se radi od dizanog tijesta. Stavi se brašno, voda, kvasac, sol, šećer, ponekad i ulje. Od svega toga se zamijesi tijesto za pizzu. Od toga tijesta radimo kuglice veličine šake. Zatim te kuglice razvlačimo u oblik kruga koji je velik kao veliki plitki tanjur.
Razvučemo tijesto. Nakon toga mažemo gotovim umakom od rajčice te ovisno o narudžbi slažemo namirnice poput sira, šunke, šampinjona, morskih plodova, salama, ribe te različitih vrsta povrća i voća.
Umak za pizzu u pravilu radimo od koncentrata od rajčice, vode, šećera, soli i origana.

Tijesto za kruh

Radi se od sličnih sastojaka kao i tijesto za pizzu, odnosno od brašna, vode, kvasca, soli, šećera i malo ulja, tako da se ti sastojci izmiješaju i pričeka da se kvasac digne.
Zatim opet trebamo preraditi i stavljati u kalupe za kruh. Nakon toga stavimo peći.

XX PRIPREMA SMJESA ZA SLASTICE

Pripremanje smjesa za slastice radi se uvijek prema receptu glavnoga slastičara.
Biskvit se uglavnom radi od jaja, šećera, brašna te raznih dodataka po kojima slastica dobiva ime.

Slatka jela dijele se na jela od tijesta, a to su:

- Jela od dizanoga tijesta
- Jela od vodenoga tijesta
- Jela od tekućega tijesta
- Jela od prhkoga tijesta
- Jela od lisnatoga tijesta
- Jela od hrustavoga tijesta
- Kreme
- Smjese za biskvite
- Voće kao desert
- Voćni kompoti i voćne salate
- Sladoled

Kreme za slastice

Kreme se mogu posluživati kao samostalno jelo poslije objeda.
Kreme dijelimo na kreme sa želatinom, kreme bez želatine, mliječne kreme i mliječne kreme sa maslacem. Kreme se uvijek rade po receptu glavnoga slastičara.
Uglavnom se rade od glavnih sastojaka: brašno, mlijeko, žumanjak, bjelanjak, maslac, sol i šećer. Ostali dodatci: vanilija, bademi, orasi, čokolada za kuhanje, slatko vrhnje, kiselo vrhnje, svježi sir, limunova korica, cimet, klinčić, rum, razno voće, razno povrće, voćni likeri, šećerni sirupi, itd.

Tijesto za pite i štrudle

Tijesto za pite i štrudle radimo tako da uzmemo brašno, vodu, sol i ulje. Od tih sastojaka napravimo kuglice veličine manje šake. Te kuglice moraju prvo stajati u frižideru najmanje sat vremena. Nakon toga ih razvlačimo na debljinu lista papira. Trebamo paziti da budu dovoljno velike jer ćemo ih kasnije puniti nadjevom i motati.

Nadjev za pite i štrudle

Postoje različiti nadjevi za pite – mesni nadjevi, nadjevi od povrća, nadjevi od voća, nadjevi od sireva.
Pite i štrudle se poslužuju sa šlagom. Šlag se radi od vrhnja za šlag koji sadrži 30 posto masnoće. To vrhnje miješamo mikserom velikom brzinom u vremenu od 5 minuta.

XXI PRIGOTOVLJAVANJE NAMIRNICA

Prigotovljavanje namirnica (cijeđenje skuhane namirnice, služenje hvataljkama…) uključuje pripremu namirnica i prigotovljavanje namirnica. Dijeli se na:
Kuhanje namirnica, prigotovljavanje namirnica u masti, pečenje i prženje namirnica bez masti, pečenje namirnica na roštilju.

Kuhanje namirnica može biti:

- Kuhanje namirnica u vodi
- Kuhanje namirnica na pari
- Pirjanje namirnica
- Poširanje namirnica

Prigotovljavanje namirnica u masti može biti:

- Sotiranje namirnica
- Prigotovljavanje namirnica u dubokoj masnoći (prženje namirnica)

Prigotovljavanje namirnica bez masnoće može biti:

- Pečenje namirnice u pećnici

Pečenje namirnice na roštilju

U svim gore navedenim načinima pripreme namirnica koristi se kuhinjski alat ili pomagala.
Na primjer, hvataljke nam služe za okrenuti meso koje se prži u fritezi u dubokom ulju (jer zbog visokih temperatura ulja od 170 – 200 stupnjeva Celzijusa ne možemo namirnicu okretati rukama da se ne opečemo).
Na isti način koristimo KUHARSKU VILICU za okretanje komada mesa kada se ono kuha u kipućoj vodi.



Juneći gulaš a njokima



Pečena piletina sa mlincima

Cijeđenje skuhane namirnice

Vrši se tako da se već skuhane namirnice istresu u cjedilo, pri čemu moramo paziti da se ne opečemo na paru.
Namirnice koje najčešće cijedimo su: juhe, povrće, riža i razne tjestenine.
Ponekad već skuhanu namirnicu moramo isprati pod mlazom hladne vode, ovisno o potrebi, npr. rižu da bi ocijedili njezinu sluz ili tijesto da bi ga ohladili, kako se ne bi prekuhalo. Povrće cijedimo na isti

način i odmah ga uranjamo u hladnu vodu. Ponekad za cijeđenje povrća koristimo led da bi očuvali lijepu boju i čvrstoću povrća, npr. brokule ili cvjetače.
Kod svih ovih radnji treba biti jako oprezan da se ne bi opekli, pogotovo kada vadimo pečeno meso ili kolače iz pećnice. To radimo tako da uzmemo suhu krpu i s njom izvadimo hranu iz pećnice. U novije vrijeme postoje razne debele rukavice koje služe kako ne bi opekli ruke dok vadimo namirnice iz pećnice.

XXII PRIPOMOĆ U IZDAVANJU JELA

Gotova jela uvijek završava kuhar tako da ih začini po želji. Skuhano varivo kuhar može zgusnuti zaprškom.

Kako se radi zaprška?

U plitki ali široki lonac se zagrije ulje. Na vruće ulje dodaje se brašno koje se prži do zlatno žute boje, ali pritom treba stalno miješati. OPREZ! Potrebno je paziti kako se ne bi opekli!

Juhe se zgušnjavaju legiranjem.

Kako se obavlja legiranje? Kada je juha već skoro gotova, zgusnemo ju žumanjcima. Prvo žumanjke moramo razmutiti u kiselom ili slatkom vrhnju u jednoličnu smjesu, a zatim se lagano stavljaju u juhu koja se kuha na laganoj vatri.

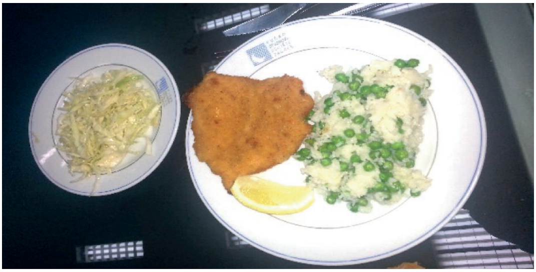
Umaci se zgušnjavaju na ovaj način: u običnoj vodi razmuti se oštro brašno. međutim, to je zastarjeli način. U novije vrijeme se umaci zgušnjavaju različitim smjesama od škroba krumpira ili kukuruza koji se proizvode u tvornici.

Uvijek treba paziti da se toplo jelo servira na čiste i tople tanjure, a hladno jelo ili predjelo se servira na čiste i hladne tanjure.

Gotova topla jela stoje u toploj kupci (banja marija), a hladna jela stoje u frižideru.
Topli tanjuri se mogu ugrijati u pećnici ili toplom stolu.
Juhe se stavljaju u tople zdjelice.



Pileći file i umak gorgonzola salata



Pileći bečki odrezak i rizi bizi i kupus salata+sa prilogom njoki i pečeno povrće

To je jako važno jer je to zadnja operacija prije nego što jelo poslužimo gostu.
Ako pogriješimo i gostu serviramo prljavi ili hladni tanjur za toplo jelo, gost neće biti zadovoljan i cijeli naš trud će potpuno propasti.

XXIII POMOĆNE PROSTORIJE ZA PRANJE SUĐA

Pomoćne kuhinjske prostorije su također obavezni dio svake kuhinje. Dijelimo ih na:

1. prostorije sa pranje bijelog suđa
2. prostorije za pranje crnog suđa.

1. Prostorija za pranje bijelog posuđa

Obično se nalazi između sale za goste i kuhinje, odnosno na putu kojim konobar ide prema kuhinji.
Ova prostorija ima velike sudopere, police za čisto posuđe, pribor za jelo, kante, mašinu za suđe ili veliki stroj za automatsko pranje posuđa. Bilo bi dobro da ima i stroj za usitnjavanje otpada od hrane.

2. Prostorije za pranje crnoga posuđa

Za razliku od prostorije za pranje bijelog posuđa, prostorija za pranje crnog posuđa uvijek se nalazi unutar kuhinje.
U njoj se pere cijelo kuhinjsko posuđe. Ova prostorija treba imati duboke sudopere, stolove te police za cijeđenje suđa ako smo ga oprali ručno.
Važno je napomenuti da ova prostija treba imati dobar dovod vode, pogotovo tople, te također dobar odvod nečiste vode.
Na podu u ovoj prostoriji treba biti kanal koji je prekriven metalnom rešetkom radi lakšeg čišćenja.

XIV ČISTOĆA I ODRŽAVANJE KUHINJE I SALE

Čistoća i urednost kuhinje je jako važna. Svaki dan, ponekad i po nekoliko puta, kuhinju trebamo mesti, prati pod i ostale kuhinjske elemente (površine na kojima radimo ili stolove). Najprije ih očistimo suhom krpom ili četkom, a zatim operemo mokrom krpom sa sredstvom za pranje. Na kraju ih dezinficiramo. a isti način čistimo, peremo i dezinficiramo sve ostale kuhinjske aparate koje smo taj dan upotrebljavali.

U svakoj kuhinji postoji pomoćna prostorija u kojoj se pere bijelo suđe.
Ta prostorija je skoro uvijek odvojena od glavnoga dijela kuhinje zato da tanjuri iz kojih su jeli gosti restorana ne dođu natrag u doticaj sa hranom koja se tek priprema, odnosno da se ne unose bakterije. U toj prostoriji se nalazi stroj za pranje suđa.

Crno suđe se pere uvijek u samoj kuhinji, u većini slučajeva ručno.

Salu za goste je također vrlo važno svakodnevno čistiti jer u nju nam dolaze gosti. Sala za goste se čisti na isti način na koji čistimo ostale prostorije. U sali za goste ponekad se očiste ostali dijelovi sale, na primjer prozori, zidovi, itd.

XXV PRAVILAN ODNOS PREMA RADU, MARLJIVOST, TOČNOST, UREDNOST, ČUVANJE MATERIJALNIH DOBARA

Na posao treba uvijek dolaziti na vrijeme. Poželjno je doći 10-15 minuta ranije kako bi se preodjenuli u radnu odjeću i obuću te oprali ruke.
Za svaki posao je važno da se odgovorno prema njemu odnosimo. Važno je da poštujemo svojega poslodavca, jer će tako poslodavac poštivati i nas kao radnike.
Ako smo odgovorni i marljivi na poslu, možemo napredovati, a napredovat će i naša radna zajednica.
Naš trud će se isplatiti – možemo napredovati u kuhinji i dobiti više novaca za svoj rad.
Na svakome poslu treba biti uredan.

Urednost je vrlo važna, pogotovo u ugostiteljstvu, jer radimo s hranom. Dakle, o našoj urednosti izravno ovisi zdravlje i zadovoljstvo drugih ljudi.

Također trebamo čuvati sve predmete koje koristimo prilikom rada (strojeve, frižidere, itd.) kao da su naši vlastiti. To je važno iz više razloga. Primjerice, kada pravilno čuvamo i pospremamo namirnice, štedimo i smanjujemo otpad. Važno je napomenuti da je osim gore navedenih stvari dobro njegovati pozitivne, kolegijalne odnose sa ostalim zaposlenicima, odnosno našim kolegama u kuhinji.

XXVI TIMSKI RAD

Momčad, tim ili ekipa je skupina ljudi sličnih znanja i vještina koji zajedno rade i usmjereni su na postizanje zajedničkog cilja:

- svi članovi tima su ravnopravni i jednako važni,
- od svakog se člana tima očekuje maksimalan trud tamo gdje je najsposobniji.
- u timu rade ljudi različitih struka i znanja,
- mišljenje svakog člana tima se uvažava,
- članovi tima ne vrijeđaju druge članove,
- propisi i pravila vrijede za sve članove tima jednako,
- svi članovi tima predano rade na zajedničkom zadatku,
- članovi tima uzajamno se razlikuju i nadopunjuju.

U kuhinji je važno obavljati poslove timski radi bolje učinkovitosti i bolje kvalitete skuhanih jela. To znači da svaki zaposlenik obavlja dio posla za koji je zadužen, ali također povremeno pomaže i ostalim kolegama jer oni pomažu i njemu.

XXVII UMJESTO ZAKLJUČKA - KONTROLA I OSJEĆAJ ZA KVALITETU IZRAĐENOG

Možemo reći kako je za kvalitetno izrađeno jelo potrebno obaviti mnoge postupke koji uključuju:

- pravilno primanje namirnica,
- pravilno uskladištenje namirnica,
- pravilno pripremanje namirnica,
- pravilno prigotovljavanje namirnica,
- pravilno izdavanje namirnica.

NOSITELJ PROJEKTA:

URIHO
Ustanova za profesionalnu rehabilitaciju i
zapošljavanje osoba s invaliditetom
Služba za rehabilitaciju
10 000 Zagreb; Avenija Marina Držića 1

e-mail: uriho-rehab@uriho.hr
http://www.uriho.hr
tel: 01 6184 198; fax: 01 6185 089

PARTNER NA PROJEKTU:

Pučko otvoreno učilište
10 000 Zagreb; Ulica grada Vukovara 68,
e-mail:tajnistvo@pou.hr
web: http://www.pou.hr/hr
tel: 01 600 30 06; fax: 01 600 30 04

SURADNICI NA PROJEKTU:

Zavod za vještačenje, profesionalnu rehabilitaciju
i zapošljavanje osoba s invaliditetom,
10 000 Zagreb, Antuna Mihanovića 3,
e-mail:tajnistvo@zosi.hr
web: http://www.zosi.hr/
tel: 01 6040 495; fax: 01 6184 994

Hrvatski zavod za zapošljavanje,
Područna služba Zagreb,
10 000 Zagreb, Ulica kralja Zvonimira 15,
e-mail: hzz.zagreb@hzz.hr
cesdfc@hzz.hr
web: http://www.hzz.hr
http://www.esf.hr
tel: 01 4699 999; fax: 01 4699 955

EASPD – Europska udruga pružatelja usluga za osobe s invaliditetom,
Avenue d'Auderghem 63 B - 1040 Brussels - Belgium,
e-mail: info@easpd.eu
web:http://www.easpd.eu/
tel: +32 282 46 17; fax: +32 230 72 38

Za više informacija o EU fondovima posjetiti web stranicu Ministarstva regionalnoga razvoja i fondova Europske unije **www.strukturnifondovi.hr.**

Nositelj projekta

URIHO

USTANOVA ZA PROFESIONALNU REHABILITACIJU I ZAPOŠLJAVANJE OSOBA S INVALIDITETOM
Avenija Marina Držića1, 10 000 Zagreb
www.uriho.hr